

## **BHARATA NATYAM : UN YOGA DU SOIN**

Le Bharata Natyam et la kinésithérapie forment un couple de forces, bénéfique, chacun apportant à l'autre sa part d'énergie nouvelle.

En effet, soigner, lever des tensions implique un enthousiaste engagement physique. Il faut pour cela se maintenir en forme dans tous les sens du terme. Comment apporter un mieux à autrui, si l'on n'est pas soi-même dynamique, positif, confiant ? Il est primordial d'avoir cette énergie pour deux, afin de la communiquer aux patients. Cette force convaincante, je l'ai puisée dès le début de mon activité professionnelle dans le Bharata Natyam.

De son côté, mon métier me permet de donner à la danse une forme humaine, de l'inscrire concrètement dans la vie, de la nourrir de toutes ces ondes croisées sur le chemin de l'accompagnement avec mes patients. Je leur dois de m'avoir permis de plonger directement dans l'intimité secrète de l'âme où tout est remis en question, où la souffrance du corps conduit humblement à la reconnaissance de l'essentiel. Tous ces êtres rencontrés sont autant de couleurs uniques et vivantes sur la palette des émotions.

Mon métier est également un gardien de la tradition ; il protège la joie de la danse, sauvegarde sa pureté en rythmant le temps du travail et le temps de la danse, l'espace extérieur et l'espace intérieur.

C'est un garde-fou merveilleux pour mettre le Bharata Natyam à l'abri du « show biz » ou encore pour ne pas l'inscrire dans la monotonie du quotidien, lui garder sa fraîcheur exquise de nectar.

Mon désir de faire se rejoindre ma vie professionnelle de kinésithérapeute et ma pratique du Bharata Natyam m'a fait choisir pour premier public les malades hospitalisés.

C'était déjà, sans que je le sache consciemment à l'époque, une forme de yoga.

Je suis alors devenue « danseuse des hôpitaux »

L'hôpital est un univers où sont théâtralisées la vie et la mort à l'image de Shiva créateur et destructeur des Mondes.

Transmettre la danse sacrée de l'Inde depuis le mandapa des temples jusqu'aux coursives des services hospitaliers de long séjour est une de mes joies les plus fortes. Le terme de devadasi, c'est-à-dire servante de Dieu, prend ici pour moi tout son sens : la danse au service des plus démunis, public bridé par la maladie, la fatigue, la souffrance, qui peut d'un coup de rêve briser les chaînes de la solitude, du désespoir, aller vers cet ailleurs de sérénité là où Shiva danse dans le cœur de chacun pour le libérer de l'Illusion.

Cette expérience m'a fait comprendre combien il est important de ne rien retrancher au fondement d'une tradition. En effet, il aurait pu paraître déplacé de venir vêtue d'or et de soie, inconvenant même de danser face à des personnes réduites à un extrême dénuement matériel et prisonnières de leur corps. C'est précisément grâce à ce contraste, véritable tremplin du rêve, que l'évasion et l'élévation se sont avérées possibles.

C'est en tant que danseuse de Bharata Natyam que je venais et ne devais en aucun cas priver mon public du rite et du temps de préparation que son respect impose. C'est ce temps offert qui au-delà de la transformation qu'il opère sur la danseuse transforme également les malades en leur donnant des repères.

Le rite par l'expression de l'ordre harmonieux qu'il incarne est structurant et sécurisant. Les malades y sont d'autant plus sensibles que l'hôpital ne favorise pas l'affirmation de la personnalité. Au contraire, il incite à se fondre dans le rôle flottant du fantôme en pyjama privé de ses racines.

L'ancrage dans le sol, la puissance rythmique, la composition sculpturale des postures, la symétrie répétitive des mouvements, la richesse des ornements et du costume, du maquillage

sont en Bharata Natyam des composantes très marquées qui recentrent l'individu en le reliant à des sensations archaïques très profondes (vibrations, percussions, couleurs, odeurs, balancements). Ainsi le malade peut-il s'identifier à du beau, du coloré, de l'harmonieux, du parfumé (encens, fleurs), et rentrer à nouveau avec confiance de plein pied dans la vie. La vitalité de cette danse cosmique lui permet de se rattacher à des souvenirs agréables et d'éprouver à son tour de la joie ; cette joie essentielle de la danse qui m'a poussée à franchir la porte des hôpitaux pour la partager là où on ne l'attendait peut-être plus.

Tout ceci m'a confortée dans le choix, le respect, l'attachement à la tradition du Bharata Natyam et dans l'idée que toute cette attention portée au maquillage, à la coiffure, à l'habillement n'est en rien un détail futile ou narcissique. Il s'agit bien au contraire à travers cette préparation d'une méditation active qui permet à la danseuse d'abandonner son apparence ordinaire pour incarner le divin. C'est également affirmer que l'on rentre dans un autre espace-temps, celui de l'ici et maintenant. Ceci est matérialisé par la salutation de la danseuse à ses clochettes, dernière étape de sa préparation. À cet instant, elle devient percussion vivante, au service de spanda la vibration originelle qui est la vie même . C'est pourquoi, je ne me reconnais pas le droit de toucher ou de transformer ces points précis de la tradition qui sont en résonance avec l'essence de cet art deux fois millénaire et dont les fondements ont été élaborés par les sages, transmis par les maîtres et longuement éprouvés par les devadasi en toute dévotion.

Se reconnaître dans une tradition c'est en avoir vécu par sa pratique personnelle la justesse, garante de la fidélité qu'on lui porte.

Ma recherche d'unité continue de s'affirmer à travers mon métier, la danse et le yoga, reliés par le fil de la tradition-transmission.

Ces trois disciplines sont les trois brins de la natte que je tresse avant d'entrer sur scène et constitue la colonne vertébrale de ma vie.

L'Inde dont l'unité s'exprime si puissamment dans sa diversité m'a donné le souffle de pouvoir rythmer mon quotidien par l'alternance de l'impermanence au cœur du présent.

Chaque jour est source d'émerveillement, d'enseignement et de partage.

Un nouveau monde à créer et à vivre sans rupture telle la vibration originelle de Shiva Nataraja.